



メディキッズ新山口
病児保育室だより

2021.2.1 No.12



病児室に関するお問い合わせ

メディキッズ新山口（ハートクリニック新山口内）

〒754-0020

山口市小郡平成町 1-18

TEL 083-976-2450

FAX 083-976-8555



HPはこちらから

青藍会



2月4日は立春。暦の上では春ですね。しかし、まだまだ気温が低く乾燥する日が続きます。規則正しい生活を送り、病気に負けない体を作りましょう！！

冬の肌荒れ対策

子どもの肌は保湿クリームを塗らなくても大丈夫！というイメージはありませんか？実は子どもの皮膚って…

1. 厚さが大人の約半分です！
2. 皮脂の分泌量が少なく、皮脂量は3分の1です！
3. 保湿成分が少なく水分保持の力も弱いので、乾燥しやすいんです！
4. 代謝が高い為汗をかきやすく、皮膚がアルカリ性になりやすいんです！

薄い皮膚である上皮脂量が少ないので、肌のバリア機能が弱いんですね。乾燥してかゆみが増し、掻いてしまうとさらにバリア機能が低下して悪循環に陥ってしまいます。また、汗をよくかくことにより水分の蒸発を防ぎきれないのも乾燥の要因です。そこで…

スキンケア・保湿ケアを
行いましょう



スキンケアとは…

皮膚の機能を正常に保つための

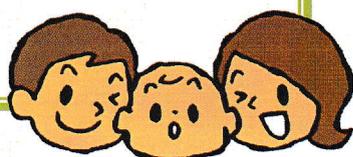
お手入れです。皮膚を洗浄で清潔にし、その後保湿して乾燥を防ぎましょう。

保湿剤ってどんなものがあるの？

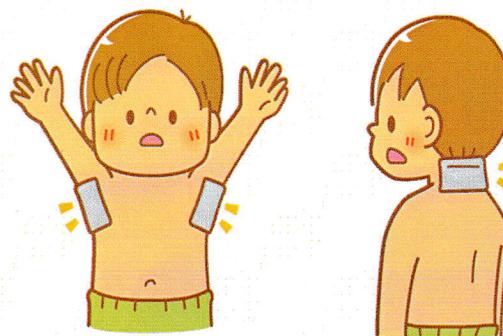
油性成分のもの…ベビーオイル・ワセリンなど

吸水性・吸湿性のも…ベビーローションなど

入浴後に塗ると、角層への浸透が効率的なので
オススメです♪♪



熱冷却シートの使い方



発熱したときは、動脈が通る首の付け根や腋の下、股の付け根などを冷やすと効果的です。ただ、寒気で体が震えている時はまだ熱が上がりきっていない状態です。まずは体を温め、熱が上がりきってから熱冷却シートを使いましょう。

2月20日はアレルギーの日



日本の免疫学者が花粉症の原因となる【1g E抗体】発見を発表した日です。

2月に入ると気になる花粉の飛散量、今年が少ないといいですね。

対策として、花粉が付きにくい衣類(綿・化繊)を着用する・拭き掃除をしてから掃除機をかけるなどがあります。

今のうちから予防をしっかりとしましょう！！

1月の主な疾患

- | | |
|------------------|-------------|
| ・咽頭炎・・・6件 | ・風邪・・・9件 |
| ・溶連菌感染症・・・2件 | ・下顎部打撲・・・2件 |
| ・ノロウイルス感染症・・・25件 | その他 |